श्रीगोपीजन वल्लभायनमः

सूक्ष्म प्रातः संध्या.

Short and effective Morning Prayer

for

The Twice born Vaish navas.

योऽधीतेऽहन्य हन्ये तां त्रीणि वर्षाण्य तान्द्रितः
स ब्रह्म परम भ्येति वायु भूतः ख मूर्तिमान् ॥

મ. અ. ૨ શ્લોક ૮૨

ભાવાર્થ—જે પુરુષ આળસનો ત્યાગ કરી, ત્રણ વર્ષ સુધી વિધીપૂર્વક સપ્રેમ ગાયત્રી ગાન કરે છે તે વાયુ રૂપ થઈ શકે એટલે મરજીમાં આવે ત્યાં જઈ શકે છે. આકાશના જેવો વ્યાપક થઈ શકે છે અને **परब्रह्म**ને પામે છે.

વિ. સં. ૧૯૯૩ | श्र. जे. पु. मा. पुस्तकालय. ठट्टा. (सिंध.)

લેખક તથા પ્રસિદ્ધકર્તા,
માસ્તર સુંદરલાલ વીરભાણુ—ઠઠ્ઠા.

શા. સોમાલાલ મંગળદાસે પોતાના ધી ગુજરાત પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં છાપ્યું. પાંચકુવા રીચીરોડ—**અમદાવાદ.**

પ્રત ૫૦૦ પ્રથમાવૃત્તિ

श्रीगोपीजन वल्लभायनमः

ઉપોદ્ઘાત.

ઇશ્વર પ્રણીત વેદોક્ત સંસ્કારને પામેલા એવા ઉત્તમોત્તમ બુદ્ધિ સમ્પન આર્ય દ્વિજોને વિદિતજ છે કે **સંધ્યા વંદન** કર્યા વિના ઉપનયન સંસ્કારવાળો પુરૂષ શૂદ્રત્વને પામે છે. પરમાત્માની કૃપાથી અને સત્પુરૂષોની પ્રેરણાથી હવે દ્વિજ જાતિમાં **સંધ્યા વંદન** કરવાની કિંચિત્ ઇચ્છા પ્રકટી નીકળી છે, જેને પૂર્ણ કરવા વિવિધ પ્રયત્નો પણ થઇ રહ્યા છે.

પ્રિય વાંચકો! આ તમોગુણ પ્રધાન કળિકાળમાં મનુષ્યોને અવકાશ ઘણો નહિ મળવાને લીધે તેઓને પ્રમાણભૂત એવી " **सूक्ष्म संध्या** " શીખડાવવાનું શુભ પ્રયત્ન કરવો જોઇએ જેથી તેઓ પ્રસન્ન ચિત્ત વડે કંટાળા વગર સંધ્યારંભ કરે અને એવી રીતે તેઓની મનોવૃત્તિ એવા આવશ્યક કર્તવ્યમાં સંલગ્ન થવાથી બુદ્ધિ નિર્મળ થઇ શકશે. શ્રીકૃષ્ણ કૃપા વડે એવી, બુદ્ધિશોધક સૂક્ષ્મ સંધ્યા શીખડાવવાનું શુભ પ્રયત્ન પે. ચ. જે. પુષ્ટિમાર્ગીય પુસ્તકાલય ઠઠ્ઠામાં થઇ રહ્યો છે. ઘણા પુરૂષોનો એવો વિચાર થયો કે આ સુક્ષ્મ સંધ્યા ગ્રંથાકારે બાહેર પ્રકટ થાય તો ઘણાઓને લાભ થાય, એજ ઉદ્દેશથી આ સંધ્યાગ્રંથનું અવતરણ કરવામાં આવ્યું છે. **મા. સુંદરલાલ વીરભાનુ.**

श्री कृष्णाय नमः

" अथ प्रातः संध्या. "

" संध्या " આ " સંધિ " શબ્દમાંથી નીકળ્યો છે. " સંધિ " એટલે યોગ અથવા મેળાપ. આ પ્રાતઃસંધ્યા, જે વખતે અંધકારમય રાત્રીનો મેળાપ રમણિય દિવસ સાથે થાય છે તે વખતે કરવી જોઇએ; એટલે સૂર્યોદય-થી આગળ. જે વખતે સંધ્યા કરવા સારૂ આસન ઉપર બેસવું તે વખતે એવી ભાવના કરવી કે મ્હારૂં મન અજ્ઞાનરૂપી અંધ રાત્રીમાંથી નીકળી જ્ઞાન-પ્રેમસ્વરૂપ-શ્રીકૃષ્ણરૂપી-અપ્રાકૃત દિન પ્રભામાં પ્રવેશ કરે છે.

આ સંધ્યા ગ્રંથમાં મન્ત્રો તેઓનો ભાવાર્થ અને મન્ત્રોનો અર્થ ધ્યાનારૂઢ થાય તે સારૂ કોપ રીત્યા પદાર્થ આપ્યો છે; અને વિધી તો કોઇ સારા અનુભવી પાસેથી શીખવાથી ફળદાયક થશે.

૧ દેશ શુદ્ધિકારક મંત્र.

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा
सर्वा वस्थां गतो पिवा ।

यः स्मरेत् पुंडरीकाक्षं
स बाह्याभ्यंतरः शुचिः ॥

ભાવાર્થ—પવિત્ર અથવા અપવિત્ર કોઇ પણ અવસ્થામાં મનુષ્ય હોય તો પણ જો કદી શુદ્ધ ભાવથી કમળનયન શ્રીકૃષ્ણનું નામ સ્મરણ કરે તો અંતર અને બાહેરથી પરમ પવિત્ર થાય છે.

આચમન.

ॐ केशवाय नमः स्वाहा
ॐ नारायणाय नमः स्वाहा
ॐ माधवाय नमः स्वाहा

હસ્ત પ્રક્ષાલન્.

ॐ गोविंदाय नमः

શિખા બંધનમ્.

२. गायत्री मन्त्रः

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि। धियो योनः प्रचोदयात् ॥

ભાવાર્થ—સકળ સૃષ્ટિ ઉત્પતિ કર્તા પરબ્રહ્મ શ્રી કૃષ્ણનું અનુપમ પ્રકાશ જે પરમ સેવનીય છે તેનું અમે ધ્યાન ધરીએ છીએ જે અમારી બુદ્ધિને શ્રેષ્ઠ કર્મોમાં પ્રેરે.

३. प्राणायाम् मन्त्रः

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यं ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियोयोनः प्रचोदयात्॥ ॐ आपो ज्योति रसोमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम् ॥

ભાવાર્થ—પરમાત્મા શ્રી કૃષ્ણની પરમ સેવનીય, પરમ ધ્યેય પ્રભા સર્વ લોકમાં વ્યાપક છે તે અપ્રાકૃત પ્રભા જળસ્વરૂપ, જ્યોતિસ્વરૂપ, રસસ્વરૂપ અને અમૃત-સ્વરૂપ છે. પ્રાણાયામ કરતી વખતે અંતર અને બહાર દરેક તત્વમાં બલિષ્ટ બ્રહ્મભાવ કરવો.

४. संकल्प मन्त्रः

ॐ ममोपात दुरितक्षयार्थं प्रातः संध्योपासनमहं करिष्ये॥

ભાવાર્થ—મનના દ્રઢ નિશ્ચય સાથે સંકલ્પ કરવો કે હું મ્હારા સમગ્ર પાપ ભસ્મીભૂત કરવા સારૂ પ્રાતઃ સંધ્યા કરૂં છું.

५. आचमन मन्त्रः

ॐ सूर्यश्च मामन्यु श्च मन्युपतय श्च मन्यु कृतेभ्यः ॥ पापेभ्यो रक्षन्तां ॥ यद्रात्र्या पापमकार्ष मनसा वाचा हस्ताभ्यां पद्भयामुदरेण शिश्ना ॥ रात्रि स्तदवलुम्पतु ॥ यत्किंचिदुरितं मयि ॥ इदमहम् मामृतयोनौ सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

ભાવાર્થ--સૂર્ય-યજ્ઞ, ઇન્દ્રાત્મક બ્રહ્મ, મ્હને ક્રોધ સર્પથી દૂર કરો, રાત્રીમાં મેં જે પાપો મન, વાણી, હસ્ત, ઉદર અને શિશ્ન સાથે કીધાં હોય તેઓ નષ્ટ થાઓ અને જે અન્ય પાપો મ્હારી અંદર છે તેઓ પણ દગ્ધ થાઓ આ મારા હાથમાં જે જળ છે તે મારા હૃદય-કમળની અંદર અમૃતયોનિ-જ્યોતિસ્વરૂપ-સૂર્યાગ્નિમાં હવન કરું છું અને આ મ્હારો હવન ફળીભૂત થાઓ એટલે ફરીથી હું પાપ નહિ કરું.

ॐ केशवाय नमः स्वाहा ॐ नारायणाय नमः स्वाहा
ॐ माधवाय नमः स्वाहा ॥ (ॐ गोविंदाय नमः)

६. मार्जन मन्त्र.

ॐ आपो हिष्ठा मयो भुवः ॥
ॐ तान ऊर्जे दधातन ।'

ॐ महेरणाय चक्षसे ॥
ॐ योव शिव तमो रसस् ॥
ॐ तस्य भाजय तेहनः ॥
ॐ उश तीरिव मातरः ॥
ॐ तस्मा अरंग मामवः ॥
ॐ यस्य क्षयाय जिन्वथ ॥
ॐ आपो जन यथाचन ॥

ભાવાર્થ—હે જળરૂપ ब्रह्म આપ સુખદાતા છો, આપ કૃપા કરી અમને પુષ્ટિકારક અન્ન દાન કરો, આપના દર્શનાર્થ સામર્થ્ય આપો. હે ब्रह्मरुप જળ જેવી રીતે માતા સ્વબાળકને દૂધપાન કરાવી તેને પોષે છે તેવીજ રીતે આપ કલ્યાણકારી રસથી અમને પોષો, જે રસના એક અંશથી આપ જગતને તૃપ્ત કરો છો તે રસથી અમે સદા તૃપ્ત રહીએ.

७. अघमर्षण मन्त्रः

ॐ द्रुपदादिव मुमुचानः स्विन्नः स्नातो मलादिव ॥ पूतं पवित्रेणे वाज्यमापः शुन्धन्तु मैनसः ॥

ભાવાર્થ—અને જેવી રીતે શરીરમાં પરસેવો આવવાથી મનુષ્ય સ્નાનથી શુદ્ધ થાય છે, અને ઘૃત તપા-

વવાથી શુદ્ધ થાય છે તેવીજ રીતે હે જળરૂપ બ્રહ્મ અમને શુદ્ધ કરો.

અઘમર્ષણ મંત્ર પછી ગાયત્રી મંત્ર વડે સૂર્યને ત્રણ અર્ઘ્ય આપવા.

आचमन्.

ॐ केशवाय नमः स्वाहा ॐ नारायणाय नमः स्वाहा

ॐ माधवाय नमः स्वाहा ॥

(ॐ गोविंदाय नमः)

८. सूर्य्य उपस्थान्.

ॐ चित्रं देवानामुद् गादनीकं श्चक्षुर्मित्रस्य वरुण स्याग्नः ॥ आप्राद्यावा पृथ्वी मंतारिक्ष ँ सूर्य्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥

ભાવાર્થ—સમગ્ર જગતના નેત્ર સ્વરૂપ કાંતિમય કિરણ પુંજ અને સ્વર્ગ, પૃથ્વી અને આકાશને સ્વ-કિરણો સાથે વ્યાપ્ત કરનાર અને સ્થાવર જંગમ વિ-શ્વના અંતર્યામી એવા સૂર્ય–બ્રહ્મ આપ આશ્ચર્ય યુક્ત ઉદય થઈ અમારા અજ્ઞાન અંધકારને હરણ કરી લ્યો.

९. गायत्री स्वरुपनुं स्मरण.

ॐ तेजोसि शुक्र मस्यमृतमासि धाम नामासि प्रियं देवा-नामना धृष्टं देवयजनमासि ॥

ભાવાર્થ—હે ગાયત્રી સ્વરૂપ परब्रह्म આપ સર્વ પ્રકાશના કારણ છો આપ અપ્રાકૃત પ્રકાશ સ્વરૂપ છો, આપ અવિનાશી છો આપ મન સાથે ધ્યાન કરવા લાયક છો, આપના ભકતોના મંગળ દર્શન કરીને તેઓને સુજ્ઞ મનુષ્યો નમે છે, આપ દેવ પ્રિય છો આપનું દેવતાઓ યજન કરે છે.

તત્પશ્ચાત્ ગાયત્રી મંત્રનું જપ.

૧૦ પછી સંકલ્પ મંત્ર.

अनेन प्रातः संध्याख्येन कर्मणा भगवान् सर्वात्मक प्रियतां नमम ॥

ભાવાર્થ—નિષ્કામ વૃત્તિથી કરેલો આ પ્રાતઃ સંધ્યા કર્મ સર્વાત્મા ભગવાનને પ્રિય થાઓ.

ॐ केशवाय नमः ॐ माधवाय नमः ॐ नारायणाय नमः स्वाहांः ॥

(ॐ गोविंदाय नमः)

ॐ तत्सत् श्रीकृष्णार्पणमस्तु

॥ ॐ शान्तिः ॥

अर्थ सहित वाक्यावलि.

१. मन्त्रः

ॐ—અક્ષર બ્રહ્મ.

सर्वावस्थांगतोपिवा—બધી અવસ્થાઓમાં.

यः—જે.

स्मरेत्—સ્મરણ કરે છે.

पुंडरीकाक्षं—કમલ નયન શ્રી કૃષ્ણ.

स—તે.

बाह्य—બહાર.

अभ्यंतर—અંદર.

शुचिः—પવિત્રતા.

२. गायत्री मन्त्रः

भूः—લોકનું નામ.

भुवः—લોકનું નામ.

स्वः—લોકનું નામ.

सवितु—પેદા કરનાર.

देवस्य-ઈશ્વર બ્રહ્મનું.
तत्-તે.
वरेण्यं-સેવનીય.
भर्गः-પ્રકાશ.
धीमहि-ધ્યાન ધરિએ છીએ.
यः-જે.
नः-અમારી.
धियः-બુદ્ધિને (ઉત્તમ કર્મોમાં)
प्रचोदयात्-પ્રેરે.

३. प्राणायाम् मन्त्रः

आपः-જળ સ્વરૂપ.
ज्योतिः-જ્યોતિ સ્વરૂપ.
रसः-રસરૂપ.
अमृतम्-મોક્ષરૂપ.
ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम्-ભૂઃ ભુવ, સ્વ વગેરે સર્વ લોક બ્રહ્મ-રૂપ છે.

४. संकल्प मन्त्रः

ममः—મ્હારા.

पात—પાપો.

दुरित—પાપ.

प्रातः—સવાર.

संध्या—સંધ્યા.

उपासनम्—ઉપાસના, ભક્તિ.

अहं करिष्ये—હું કરૂં છું.

५. आचमन मंन्त्रः

सूर्य—સૂર્ય—બ્રહ્મ.

मन्यु—યજ્ઞ.

मन्युपतयः—યજ્ઞપતિ.

मन्युकृतेभ्य—ક્રોધથી થયલાં.

पापेभ्यः—પાપોથી.

मा—મ્હારી.

रक्षन्तां—રક્ષા કરે.

यत्—જે.

रात्र्यां—રાત્રીમાં.

मनसा–મનથી.
वाचा–વાણીથી.
हस्ताभ्यां–બે હાથેાથી.
पद्भ्यां–પગેાથી.
उदरेण–પેટથી.
शिश्ना–શિશ્નથી.
अकार्षं–કીધાં છે.
तत्–ને.
अवलुम्पतु–નષ્ટ કરે.
यत्किंचित्–જે કંઇ.
दुरितं–પાપ.
मयि–મ્હારામાં.
इदं आपः–આ જળ.
अहं–હું.
अमृतयोनौ–અમૃતની યેાનિ.
ज्योतिषि–જ્યેાતિ સ્વરૂપ.
सूर्ये–સૂર્યમાં.
जुहोमि–હવન કરૂં છું.
स्वाहा–શેાભન થાઓ; સફળ થાઓ.

૬ मार्जन मंत्र.

आपः—જળ.
हि—જે કારણથી.
मयोभुवः—સુખદાતા.
स्थ—છો તે કારણથી.
नः—અમે.
ऊर्जे—બળવાન અન્નના.
दधातु—આપનાર.
महेरणाय—મહા રમણિય બ્રહ્મના.
चक्षसे—દર્શન યોગ્ય કરો.
उशतीः—પુત્ર સુખ ઇચ્છનારા.
मातर इव—માતા સમાન.
योवः—જો તમારા.
शिव तमो रसः—કલ્યાણકારી રસ.
इह—આ લોકમાં.
तस्यभाजयत—તે રસના ભોગી.
नः—અમને.
आपः—હે જળ.

यस्य क्षयाय जिन्वथ—જે રસનાં એક અંશથી આ જગતને તૃપ્ત કરેા છે.

तस्मा अरंग मामवः—તે રસથી અમે સદા તૃપ્ત રહીએ.

आपो जन यथाचनः—હે જળ, આપ અમને તે રસ ભોગવવા સમર્થ કરેા.

૭ अघमर्षण मंत्रः

द्रुपदादिव मुमुचानः—પાદુકા ઉતારી નાંખવાથી જેમ ઉપાધિ રહીત થવાય છે.

स्विन्नः स्नातः मलादिव—સ્નાન કરવાથી પરસેવેા નીકળી જાય છે.

पवित्रे वाज्यम्—ઘૃત જેવી રીતે તપાવવાથી શુદ્ધ થાય છે.

आपः शुन्धन्तु मैनसः—જળ મને પવિત્ર કરેા.

૮. सूर्य उपस्थान मंत्र

चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः—અગ્નિ, મિત્ર, વરૂણ, દેવતાઓના નેત્ર રૂપ.

देवानां अनीकं—પ્રકાશમય કિરણ પુંજ.

आप्राद्यावा पृथ्वी मंतरिक्ष ं—સ્વર્ગ, પૃથ્વી, આકાશમાં પોતાના કિરણેાને પ્રસારે છે.

जगतस्तस्थुषश्च आत्मा—સ્થાવર જંગમ વિશ્વના અંતર્યા

चित्रं उद गात—આશ્ચર્ય સહિત ઉદય પામે છે.

૧. गायत्री स्वरुप.

तेजोसि—તેજ સ્વરૂપ છો.

शुक्रमसि—પ્રકાશ સ્વરૂપ છો.

अमृतं असि—અવિનાશી છો.

धाम—ધ્યેય છો.

नाम असि—પ્રભાવશાળી છો,

देवानां अनाधृष्टं प्रियं असि—દેવતાઓને સર્વોત્તમ પ્રિય છો.

देव यजनं असि—દેવ પૂજ્ય છો.